

■新技术

40岁大叔高血压仅3年,心脏肾脏全受损!

□本报记者 刘伟芳

① 男子血压控制正常 器官却出现损害

福州40岁的陈先生是一名高血压患者。3年前,他被诊断出高血压,同时右侧肾上腺有轻度的增生。他谨遵医嘱长期服药治疗,血压控制也一直达标。

但奇怪的是,每年的例行检查,却发现,他的心脏逐渐增厚,肾脏也渐渐出现蛋白尿,这些都是高血压靶器官损害的表现。

这往往是血压控制长期不达标患者才会出现的情况,为什么会出现病史短且控制达标的陈先生身上呢?

陈先生辗转多地求诊,终于在外省的一家先进高血压中心被确诊为原发性醛固酮增多症(以下简称原醛症)。这是一种继发性高血压病因,主要是由于肾上腺分泌过多“醛固酮”激素,引起血压上升。



② 难治的“特殊”高血压

原醛症的治疗方式依赖于肾上腺静脉采血术(AVS)进行分型诊断。需将直径不到2mm的导管分别送至左、右肾上腺静脉进行采血。

如果一侧肾脏比另一侧分泌的醛固酮明显增多,就要摘除这一侧的肾上腺;如果没有明显差别,便长期服药治疗。

AVS手术技术难度大,采血的位置要十分精准,否则就会“差之毫厘,失之千里”。

但肾上腺静脉周边有许多静脉丛干扰判断,判定难免有失偏。因此,目前,国内开展该手术的大型三甲医院屈指可数。

陈先生便遇到了这样的难题,AVS失败了。

③ 新技术让成功率提高至90%以上

陈先生辗转多地求诊,最终慕名来到福建医科大学附属第一医院心内科。附一医院是福建省内第一家引进肾上腺静脉取血术中快速皮质醇检测方法的医学中心,陈先生也成为改新技术的首个体验者。

心内科介入组彭峰主任介绍,快速皮质醇检测,将原来一个多小时的检测时间缩短到了10~15分钟,患者取血后可以在手术室直接检测,若对结果有疑虑,可以随时调整位置,多次取血检测。

因此,快速皮质醇检测是判断AVS术中导管是否进入肾上腺静脉的金标准,可将成

成功率提高到90%以上。

做好万全的术前准备后,彭峰主任及主治医师方周菲、蔡瀚细心地为陈先生找出疑似的小静脉,行快速皮质醇检测,历时近2小时,最终精准筛选出正确的肾上腺静脉。

经过AVS推断,陈先生右侧肾上腺具有优势分泌。随即,陈先生在附一泌尿外科切除了右侧肾上腺。术后一星期,陈先生就与服用了3年的降压药说“拜拜”。

彭峰主任提醒,高血压靶器官损伤不能只看病史长短和血压控制,还需定期检查,以免延误病情。

■气候与门诊

寒冷季,老人胸闷头痛要及时就诊

□本报记者 张帅

01 气温骤降,让老人上气不接下气

福州78岁的孙奶奶,患有高血压。一直以来,她单用一种降压药就能有效控制血压,平日里能够正常料理家务,参加社区公益活动,还经常参加文体娱乐活动。

近半个多月,由于福州气温骤降,孙奶奶的血压突然飙升,血压的剧烈波动,使孙奶奶感觉心慌、胸闷,稍微活动或做一点事情症状就加重,经常上气不接下气;同时还伴随头晕、头痛、心神不安,多次就诊大小诊所,反复调整降压药仍不能控制血压,自觉病情越来越重。

本报健康大使、福建省级机关医院神经内科主任林细康经过检查发现,孙奶奶血压达到180/110mmHg,患者精神紧张、表情焦虑,心率达96次/分,还可闻及频繁早搏。



根据孙奶奶的具体病情,林主任给予了调整升级降压药,减缓心率、减轻心脏负荷,并配合适当的调节心境、抗焦虑等综合方案治疗。

两天后,孙奶奶复诊时,血压已经降到正常水平,头晕、心慌、胸闷、心神不安、焦虑等症状已经不复存在。那么在冬季,老年人血压飙升,该如何应对?

02 出现以下情况,应及时就诊

1. 血压升高伴胸闷胸痛: 血压升高的同时伴有反复发作的胸闷、胸口压榨性疼痛,或者夜间出现胸闷憋醒,应警惕冠心病心绞痛的可能,应及时就诊。如果发作时胸痛程度较重,伴出汗,持续20~30分钟以上,就要警惕急性心肌梗死,应立即呼叫120及时就诊。

2. 血压升高伴有头痛、恶心、呕吐,或口角歪斜、吐词不清、单侧的

肢体麻木或力气下降,需要警惕脑血管意外(脑出血或急性脑梗)的可能,需要立即就诊。

3. 血压升高伴胸背部撕裂样疼痛,要警惕主动脉夹层的可能,需要立即就诊。

4. 血压显著升高,达到180/110mmHg以上者,需要立即就诊。

5. 调整药物后,血压仍然控制欠佳者,需要及时就诊。

03 冬季血压升高是什么原因?

冬季是血压“爱闹脾气”的季节,近段时间由于气温骤降,高血压发病率明显增加,有新发的,也有血压控制不好突然升高的。

“气温降低,人体内的肾上腺素、皮质激素等分泌过多,导致心率加快、外周血管收缩,因为血管也会热胀冷缩,从而导致血压升高。”林主任介绍,气温下降还可导致全身肌肉收缩,从而压迫

外周血管使血压升高;特别是具有显著抬高血压作用的儿茶酚胺类物质的分泌水平高于气温上升的春夏季,这也是秋冬季节清晨心脑血管意外高发的重要原因。

此外,在血压升高的同时,血小板聚集能力更强,血黏稠度也会上升,因此冬天气极易引发心肌梗死、脑梗死、脑出血及主动脉夹层等严重心血管事件。

04 寒冷时如何保健?

1. 定时监测血压: 高血压病人,即使平时血压控制良好,没有任何不适,在冬天气温下降时,一定要按时进行血压监测、做好记录,以便及时发现血压异常并及时得到治疗。

2. 注意保暖 高血压患者冬季很重要的工作是做好保暖工作,外出时一定要多穿衣服,戴上厚厚的帽子,穿上保暖的鞋子,以确保身体的温度。

3. 适当锻炼 高血压患者冬季也要进行适当的锻炼,但不宜做太激烈的体育运动,而应选择

较舒缓的运动,如户外散步、慢跑、太极拳、气功等。

极端寒冷、雨雪天气、大风等气候不建议进行室外运动。如果运动中出现明显的心悸、胸部闷痛或气促,应及时停止活动,必要时应及时到医院就诊。

4. 合理膳食 改变不良的饮食习惯,减少钠盐摄入。平时应多吃蔬菜、水果、粗粮、杂粮,少吃肥肉、油炸食品、糖果、甜点和含糖饮料。不吃或少吃如巧克力、炸薯片等高热量食物。冬季仍应控制饮食总量和调整饮食结构,保持体重不增加。